

精神分析的心理療法における 面接者態度に関する一考察 — “開かれた態度” という視点から —

萱原 道春

A consideration about the therapist attitude in the psychoanalytic psychotherapy — From the viewpoint of an "open-minded attitude" —

Michiharu KAYAHARA

I はじめに

筆者は大学で精神分析的心理療法を学び、大学附属心理相談室、病院、個人相談、スクールカウンセリング等に於いて臨床活動を行ってきた。本稿では自身の臨床経験に焦点を当て、精神分析的心理療法における面接者態度について考察を行いたい。

前田（2003）は心理療法の技法を習得する過程を、個人の芸風という言葉が存在する芸能のそれに喩えて論じており、その完成形を「自分を生かした技法として、自然に、無理なく、誠実に、純粋に行える技法が身についてきたとき、それがその人の芸芸であろう」と述べている。心理療法の技法は、読解技術、応答技術、面接者態度の3要素が有機的に関連し合って成り立っている。この3要素の中で所謂専門家らしさが最も前景に出るのは読解技術であろう。心理療法を学びはじめた当初の筆者が最も重視したことも、この読解技術の習得であった。しかし歳を重ねるにつれて、最も習得が難しいのは面接者態度だと思ふようになって来た。面接者としての常識的分別を守り、自身の葛藤がある程度制御できるならば、殊更習得の努力をしなくとも最初からそのままの自分である程度に対応はできるが、その技量を深めるとなると途端に難しくなるのが、面接者態度であるように思

う。理由としては、つぎの2点が考えられる。1)態度には面接者個人の人格的要素が関与し、それは容易には変容し難い。2)中立性、支持、共感、純粋性、等々、面接者態度に関する種々の概念は、言語によって細かく表現し切れない部分を多く含んでいる。その為、それらの概念を具体的にどのように実行すればよいかは、各人が経験を通して感得していくしかない。上述の前田の言葉は、とくに面接者態度に限定して述べられたものではないが、われわれが目指すべき面接者態度の完成形として本稿では位置づけたいと思う。どのような理論的立場にあると、このことに対して大きな異論は出ないのではなかろうか。

さて、技術としての面接者態度を提唱したのは Freud,S である。中立的面接者態度としての匿名性や禁欲規則が、それである。面接者態度は、そもそも何を治療要因と考えるかによって決定されるべきものであり、従来それは洞察と支持的要素に二大別されてきた。Freud の立場は洞察重視（特に転移を介しての葛藤の洞察）であり、その目的を達成するための方法として匿名性や禁欲規則が導入された。しかし、近年では支持的要素（洞察を促す前提としての支持、あるいは修正情動体験・発達促進的関わりとしての支持）も重視する立場の精神分析家が増え

て来ており、洞察重視の傾向が強かった日本の精神分析学界においても、岡野（1998・1999・2002・2003）の著作に端を発して、面接者態度に関する議論が活発に行われるようになって来ている。岡野の一連の著作が学界に大きなインパクトを与えたことについては、たとえば、『精神分析研究』第46巻2号（2002）において「特集：中立性—禁欲規則をどうとらえるか」が組まれ、岡野の著作がそのきっかけとなったことが巻頭に記されている。

岡野の考える望ましい面接者態度とは、岡野の言葉を繋ぎあわせてまとめると、つぎのようである。もっとも重要なものは率直さと共感性そして自己省察的態度であり、それを基軸としたごく自然な態度をとること。解釈のみが治療技法であるという考えの下に建てられた匿名性や禁欲規則等の技法理念にあまり囚われ過ぎず、治療的に最適と思われる介入を、自身の直観や創造性を大切にして、かつその有効性や危険性を考慮しながら、臨機応変に提供すること。一言でいえば、自分らしさを保ちつつ治療を行うこと、である。

さて、岡野の一連の著作が学界に大きなインパクトを与えた理由として、筆者はつぎの2点を考える。1) 教条主義に対する率直な異議申し立てと、個々人の体験に根差した個人知を持ち寄り、大同団結して理論や技法を改善して行こうという交流的姿勢、2) 岡野自身の理論的立場や技法が形成されたプロセスを、個人的な歴史的文脈を率直に自己開示しながら提示している点、である。1) に関する岡野自身のことばを引用すると、つぎのようである。「治療者は常識的な反応や自分の勘に頼ることを忘れ、教条的となり、ますます患者の情緒体験から遊離したものになる可能性があるのである」（岡野、1998）、「私自身の“態度”が肯定し、受け入れることのできる精神分析を作り上げることが私の目標なのです。（中略）むしろすべての人がそれぞれ自分自身の精神分析理論や分析態度を作り上げるべきなのです」（岡野、2002）、「マニュアルに

従って進めていくと、どうしても納得いかない部分、ちょっと書き換えたい部分が出てくるでしょう。そこからあなた自身がそのマニュアルを書き足しあるいは書き直しながら、自分のスタイルを作って行けばいいのです」（岡野、2003）。学問的自律性という岡野自身の人格的基盤から繰り返しわれわれに向けて発せられるこれらの言葉には、激しささえ感じ取れる。＜間主観性＞の臨床実践を行っている森（2010）は、コミュニケーションに含まれる情動の強さ、豊かさ、深さなど、言葉にされた公式コミュニケーションがどのくらい本気かを示す“勾配情報”という概念を取り挙げて、つぎのように述べている。「日常の人と人との間の交流において最も決定的な情報を伝えるのは、実は、この勾配情報なのです」。人を動かす勾配情報、と言ってもよいだろう。学問的討論の場において示された、このように率直な交流的姿勢に、筆者はつよく共感を覚えた。

また、2) に関しては、これを新しいスタイルの研究方法論として捉えることができるように思えた。援助例としての事例報告の説得性が、どれだけ心理的文脈が明確に見えるような報告になっているか、ということに懸かっているのと同様に、理論や技法に関する個々の臨床家の個人知が説得性を有するには、知の背後にある臨床家個人が辿った歴史的文脈を記述することが大きな意味をもつと考える。本稿もこの方法論に倣って、面接者態度に関する筆者自身の見解、即ち個人知が形成されて来たプロセスを記述・考察したい。

心理臨床家の数だけ理論がある、とよく言われる。心理療法のテキストに記載されている理論を、仮に大きな理論と呼ぶならば、それをカスタマイズしたのが個々の臨床家が有する個人知である。それらの個人知を活字にして互いに照合し合う機会が増えれば、最終的には理論や技法の洗練および一般化にも繋がるのではないだろうか。

さて、筆者の辿ったプロセスを一つの言葉で

括るとすれば、河合（1970・1992）のいう“開かれた態度”なるものを志向して来たのだと思う。開かれた態度とは、河合の言葉を繋ぎあわせてまとめると、つぎのようである。1) 自身に対して開かれた態度；自我防衛をとって心を開き、被面接者のみならず、自分の心の可能性の世界、即ち自分らしい人格成長に対しても開かれている態度。2) 理論に対して開かれた態度；カウンセリング場面においては、簡単な原理によって説明し得ないことや二律背反性がたくさん生じる。理論に捉われたり、単純に物事を割りきって考えてしまうと失敗することも多い。理論に対する柔軟な態度、理論的可塑性に対して開かれた態度が必要である。

Ⅱ 面接者態度の形成プロセス

—1 事例としての筆者の経験—

筆者（以下「わたし」と記す）の面接者態度形成に強く影響を与えたと思われる2つの経験について、以下記したい。1 番目の経験が「理論に対して開かれた態度」、2 番目の経験が「自身に対して開かれた態度」に対応している。

1. 洞察至上モデルを放棄し、会話を楽しんだ事例

対人関係学派の分析家である師の下で、対面法による精神分析的心理療法をわたしは学んだ。面接者態度について師から殊更の指導がなされる場面はほとんどなかったように思う。学習者たちは職業人的分別としての面接者態度を皆当然守っていたし、学習者の個性を活かそうとした師のご指導だったと思う。初心者であるわたしの関心は主に読解技術と応答技術の習得に注がれ、面接者態度についてはそれほど顧慮することなく、かなり自由に臨床実践を積み重ねていた。その一方で、わたしの中にはオーソドックスな精神分析に対する理想化もあり、厳格な中立的態度の下で転移解釈を中心とした葛藤の徹底的な洞察が成功した事例を一度は経験してみたい、という思いを抱いていた。そして臨床家として独り立ちしたのを機に、その思いを試

みてみる機会を得た。その方は抑うつ傾向を主訴として来談した20代後半の女性（以下Aさんと記す）で、面接動機も高く長期間に亘る面接の継続も可能であった。相談歴及び治療歴はなく、又、葛藤が職業生活や家庭生活等の現実適応に深刻な影響を及ぼすこともなく、洞察的心理療法を実施しても支障のない自我機能を持っていた。結果的に9年間に亘り約400回の面接を行うことになったが、この事例を通してわたしは洞察至上モデルを放棄することになった。なお、わたしは洞察至上モデルを個人的にはつぎのように定義していた。

治療要因として、修正情動体験乃至は発達促進的関わりとしての支持的要素を認める立場にわたしは立っていたが、面接者の主たる役割はあくまでも葛藤の洞察を促すことにあると思っていた。葛藤があると、人格の健全な成長のために満たされて然るべき愛情欲求を素直に表現できなくなったり、欲求が満たされるかもしれない機会をみすみす自分から潰してしまうようになる。この歪みを修正するために洞察が必要となる。つまり、健全な人格発達へと至る道筋に正常化するための洞察であり、面接者が担うべき主たる役割はこの洞察を促す点にある、という考えをわたしはもっていた。だが、本事例を経験することによって、治療要因に占める洞察の絶対的位置が、わたしの中でかなり相対化されることになった。

では、経過を以下記したい。Aさんの語った言葉に関してはそのままの言葉を記載させて頂いたが、事例の匿名性保持に関しては十分な配慮に努めた。

（面接経過）

厳格な中立的態度ということを意識したわたしは、対面法でなく横並びの180度法でこの面接を行うことにした。また、やや抑鬱を含んだ表現ではあるがアナクリティック・パーキンソニズムという言葉があるように、特殊な専門家の態度をわたしはイメージしていたので、口調にもある程度の人工的感情抑制（平板さ、距離

感)が表れていたであろうと思う。

面接が開始し数回お会いした時点でわたしがもったAさんの印象は、つぎのようである。愛想よく快活、やや饒舌な躁の防衛が感じられる一方、繊細で不安げな必死で訴え掛けてくる視線を時折感じることがあった。自身の抱える葛藤に関して、Aさんは「病的なもののような気がする。それを見つめるのは怖い」と述べた(3回目(以下、#〇〇と記す))。回が少し進むと、Aさんは「私の話は贅肉が多い」「社交性のある自閉症」と自らを形容すると同時に、「病的な依存性がある。対人関係では距離をとっているの、それなりにバランスを保っているが、根本的な所ではいつも不安がある」(#8)と語るようになる。その不安とは、亡くなった母親を巡る「疎外感」「見捨てられ不安」「自身の存在価値の無さ」「空虚感」といった感情であることが次第に明らかとなって行った。それらの感情と向き合う過程で、一時的に抑鬱状態を呈した時期もあったが、日常生活はなんとか維持することができた。その理由は、Aさんによると「鬱のときに考え続けたことがよかったと思う」(#36)ということであった。その結果、「以前と比べると、比べものにならないくらい安定してきた」(#49)と語られるほどになるが、それでもやはり、葛藤と向き合うことはAさんにとって大きな不安を喚起させるものであった。「小さい頃、実家では一人で居れなかった。一人で居ると凍りついたようになった。しんどい。考えようという気持ちとここら辺でストップしたいという気持ちの2つがある。できれば話題を変えたい。追い詰められた感じがする」(#58)と、目頭を押さえながらAさんは語った。これまでにない緊迫感が伝わって来た。

そこでわたしが考えたのは、つぎのような理解と方針であった。Aさんが面接者を依存対象として求めていること、依存感情が高まると同時に見捨てられ不安も高まって来ること、そして、それらの感情をわたしに向かって直接的に表出することに不安や戸惑いを感じていらっ

しゃることが推察された。このようにラポールが未だ十分に形成されていない状況で、葛藤と直面することは難しいであろう。まずはラポールを強め、ひいては転移分析も深めていこう。そう考えてわたしは、わたしに対する感情も積極的に話すようAさんに提言した(#59)。これを受けAさんも「先先回の面接、精神的にすごくきついものがあった。自分でも立ち入りたくないし、人にも立ち入られたくない。それから、わたしは全てを此处に依存しているんじゃないかと思った。わたしも先生との関係を是非考えてみたい」(#60)と応じ、以後わたしに対する気持ちを盛んに言語化するようになった。それは“今・此处”での感情の籠った言語化であり、その傾向は日常場面におけるコミュニケーションにも波及した。一方、転移感情を取り扱うという事態に内在する強力な交流的要素が、Aさんだけでなくわたしにも影響を与えはじめた。厳格な中立的態度をとるという試みは続けられたが、わたしの応答にどこか素のわたしを感じさせる表現も現れはじめた。そのような動きを背景としながら面接が展開した、#60から#180頃までの期間を主題づけるとつぎのようである。＜関係は深まったが、葛藤の陰性感情に関する洞察が一向に深まらない＞と内心苛立つわたしと、「わたしが望んでいることはそれじゃない。なぜ理解してくれないのか！」と内心憤慨するAさんとの相克である。#60以降の経過を以下続けて記したい。

「先生に対してとてつもなく大きな依存心があって、それを部分的に削って仮の安定をしている。でも、もうこの歳になっては、という感じ。で、それから先が分からない。言葉にならない」。それまでのやや躁的な口調は影をひそめ、Aさんの率直な感情がわたしに伝わって来た。結果、両者の会話はこれまでになく、やわらかな雰囲気のものとなった(#63)。「だんだん此处への依存心が強くなってきて、依存心の渦に溺れてしまいそう。それを見るのがいや」(#64)。「肩に力を入れなくても感情がスーと出て来る。

此処は抛り所だと思う」(#68)。「どんどん退行していく。どんどん深みに入っていく」(#72)。Aさんから臨時の面接の要望があり、それに応える(#80)。「臨時の面接を申し込んだくらいから変わってきたような気がする。前回の面接では100%先生に向かって話していたような気がする。地盤を固めてから掘る(筆者註：葛藤と向き合う)というのがいいかな」(#84)。「ここでは相手の顔色を気にせず何でも喋れる。先生がわたしのことを察していないとは決して思わない。でも、やっぱり硬いんですね。失礼ですけど、此処ではなんか自販機に向かって話している気がする」(#94)。「何故わたしは此処へ来ているのだろう」<仕事帰りに一杯飲み屋に寄る感じなんではないかな?>「アハハ、それはヒットです!」(#101)。「夢を見た。場所は此処。わたしがカラオケを歌っていると、先生がそれ知っていると行って歌う。淡々と、あまり盛り上がりのない歌を。でも一所懸命に歌っていることは分かった」(#102)。「先生はクール。ひんやりしている。すみません、こんなこと喋って。いえ、先生が人間的だということは知っていますよ」(#105)。「ここで話をしているときの自分はすごく好き。それを自分の中にある嫌悪感や罪悪感に染めたくない」(#107)。「夢を見た。場所は夢の島(塵捨て場)。運転手に残飯の成立などを説明されて気分が悪くなる。でも一所懸命説明してくれてはいた」<その運転手、私じゃないだろうか?>「アハハ、すごくおかしい」。持って来た手紙をわたしに渡す。文面は「最近驚くくらい優しい気持ちになれる時がたまにあります。とても感謝しています」。そして夢を報告する。「赤ちゃんが哺乳瓶で一所懸命ミルクを飲んでる。気がつくと飲んでるのは自分だった」(#136)。「話が途中で止まってしまうのは、此処では感情を見つめなさいと言われる一方で、感情的になることはダメと言われているような気がするから」(#150)。「此処へ来るとき、実家へ帰るのってこんな感じなのかなあと思った。なかなか飛ば

ない(筆者註：葛藤の陰性感情と向き合わない)ので、先生もイライラしましたか?先生はすごい忍耐力だだと思う」(#151)。「此処では会話が成立しているように思えなかった。それは反応が得られないからだと思う」(#152)。「何を求めて此処へ来ていたのか。その一つは分析の冷静さを求めていたんだと思う。わたしのトリッキンな所に引っ掛からないクールさが逆に心地よいところがある。でも、此処では何かサランラップが掛かってしまう」(#156)。「自分の中の暗いものを見るよりも此処に実家が欲しかったのかもしれない。でも、そんなこと思っても仕方ないと思うし」(#159)。遅刻。「頭が真っ白です。わたしのこと先生が理解してくれているのなら、こんな宙に浮いたりしないと思う」(#161)。料金を払うのを忘れて帰る(#167)。「根っこにあるもの。それはむしろ穴が空いている感じかもしれない。それは埋められない感じ。求めているものは永遠に得られないけど、此処にいとそれに似たようなものが得られる」(#170)。「夢を見た。先生が寝ているので、わたしは大きな声で喋って強く抗議している」(#175)。

わたしに対してごく自然な情緒的反応性を求めるAさんから繰り返し投げ掛けられた、これらの率直な直球的言葉を受けて、厳格な中立的態度の試みをこのまま続けることはもうできない、とわたしは観念した。Aさんとの関係でいえば、降参したという感じだった。何故、テキストに書かれてあることとは程遠い進展状況にしかならなかったのか、わたしのやり方の何処が悪いのか、是非それを教わりたいと思い、米国在住のご高齢のある分析家に1回のみスーパービジョンをお願いした。頂いたのは「これでいいじゃないですか。あなたは既にやっている」という短い言葉だった。それ以上説明はなかったが、わたしも尋ねようとは思わなかった。この一言で、一言だからこそ、わたしは納得することができた。納得の構成要素を情緒的側面と知的側面に分けるなら、わたしにとっては前

者、即ち父親的是認の方が遥かに重要だったのだと思う。スーパーバイザーから頂いた「あなたは既にやっている」という言葉の意味を、わたしが此処で勝手に推測することは非礼だが、コフートの理論等、米国における新しい精神分析の流れを含意していたのではないかと思う。このスーパービジョンにより、わたしは正統派コンプレックスや洞察至上モデルから随分自由になれた。二度目に自由になれたのは岡野(1999)の著作に接した時である。

これ以降、終結するまでの約200回は、双方が「会話を楽しんだ」の一言に尽きる展開となった。わたしの面接方針で変更が加えられたのはつぎの2点であった。1) Aさんが亡き母親に対して怒りと、その反動としての大きな罪悪感を抱いているであろうことは生活史より推測されたが、そのような陰性感情の洞察に無理にこだわらず、面接場面におけるAさんの自然で純粋な心の動きに添う。2) わたしは厳格な中立的態度をとることを止め、ごく自然な態度でAさんに接する。

方針2)に関しては、面接中わたしもAさんと一緒になって笑うことが何度もあった。これは臨床家になって初めての経験である。対人関係学派の分析家である師の指導の下、かなり自由な面接者態度で臨床実践を積み重ねていたことについては既に述べたが、Aさんとの関わりを経験することによって、以前以上に情緒的に自由な面接者態度をとることが可能になったのではないかと思う。なお、「話をしている気がしない」とAさんに不評だった180度法は継続したが、不満は聞かれなくなった。厳格な中立的態度という当初の意図をわたしは捨てたので、その点においてこの方法はもはやわたしにとって無意味となったが、対時的な対面法よりも、気を張らない共存といった雰囲気の方180度法の方がわたしにとっては心地良かった。Aさんも同じだったのではないかと思う。

後半約200回の面接を通して一貫してAさんが望んだことは、双方が会話を楽しむという、

共に心地良い関係であった。例えるなら、揺り籠を揺らし揺らされ共に満足する親子関係のようなものをAさんは望んだ。わたしが行ったことは、端的に言えば、Aさんの楽しそうな様子に自然に反応して会話を楽しんだだけであった。そのような情緒交流が5年間弱続けられたことによりAさんの情緒発達が促進され、それに伴い日常場面における対人関係もAさんにとってより満足のゆくものへと変わって行った。以下、面接記録を抜粋したい。

面接記録に記したわたしの感想。〈話された内容でとくに記録しておくべきことはないが、楽しそうに話すのでわたしも一緒に楽しくなる。黙ってうん、うんと聞いていた〉(＃219)。面接記録に記したわたしの感想。〈本当に楽しそうに喋っている。こんな風だと満腹した気持ちで帰れるんだろうな〉(＃323)。「先生、この数ヶ月で随分変わられましたね。ラフになった感じ。きょうは楽しかったです」。実はある出来事がわたしの私生活にあった。自身の葛藤がある破壊を引き起こし、自信も防衛も破裂して飛び散ったような状況から半ば開き直りの立ち直りをしていた時期だったのだが、まさか面接場面に影響を及ぼしているとは思っていなかった。態度には出るものだ、と改めて思った。(＃324)。「満腹中枢が壊れてしまっている感じ。最近とくにそれが強くなっている気がする」〈それが必要なことじゃないだろうか〉「そうでしょうか？」(＃325)。「前回先生から、それが必要なことじゃないかと言われて、ストンと胸に落ちた。自分が欲しかったもの、もう100%近く手に入れているんじゃないかと思った」(＃326)。「長かったな。でも、長かった分だけ比例してよかった。あのままでも生活はできていただろうけど、モヤモヤとしたもの、底無し沼のようなものを感じながらの生活だったと思うと、ぞっとする。自分にはとても必要な時間だった。なんというか、それは空間、居場所なんです」(最終回)。

(考察)

Aさんの葛藤は基本的信頼感にあったと考え

られる。Aさんの語る「とてつもなく大きな依存心」(#63)とは、「根っこにあるもの。それはむしろ穴が空いている感じかもしれない。それは埋められない感じ」(#170)のものであると同時に、「底無し沼」(最終回)のような不気味な様相を湛えたものであった。その不気味さは、洞察至上モデルの中核としてわたしがAさんに向き合うことを期待した、陰性感情に由来していたと思われる。しかし、Aさんが望んだのは「ここで話をしているときの自分はすごく好き。それを自分の中にある嫌悪感や罪悪感に染めたくない」(#107)、「自分の中の暗いものを見るよりも此処に実家が欲しかったのかもしれない」(#159)ということであった。

そしてAさんは、健全な情緒発達のため満たされて然るべき欲求を素直に歪めることなくわたしにぶつけた。言葉にされた公式コミュニケーションがどのくらい本気かを示す勾配情報という概念については既に触れたが、わたしに対してごく自然な情緒的反応性を求めるAさんから繰り返し投げ掛けられた、純粋で本気の直球的言葉が、厳格な中立的態度というわたしの試みを断念させたのである。そして、後半約200回の面接では双方が会話を楽しむことによって、Aさんの情緒発達が促進された。したがって、Aさんの言葉に“今・此処”での感情が籠るようになった#60頃以降の面接においては、洞察至上モデルに関するわたしの個人的定義に含まれていた「愛情欲求を素直に求めることができないという歪みを修正し、健全な人格発達へと至る道筋に正常化するために洞察を促す」という企図は、不必要だったと考えざるを得ない。

なお、後半部における両者のつぎのやりとり、「満腹中枢が壊れてしまっている感じ。最近とくにそれが強くなっている気がする」(#325)というAさんに対して、わたしが発した<それにも必要なことじゃないだろうか>という言葉には、スーパーバイザーからわたしが頂いた言葉「これでいいじゃないですか」が重なって感じられる。わたしの中に内在化された父親的は認

を、わたしはAさんに対してこの時行っただと思う。

以上の考察を踏まえて、つぎの2点を此処で確認しておきたい。1) 来談者中心療法における“純粋性”あるいは分析理論における“真摯さ”などの概念が面接者態度にあるように、被面接者も同様の態度を有する。Aさんが示した欲求はそのような態度を伴っていた。2) Aさんに対し面接が発達促進的に働いたのは、面接者のわたしが口調の人工的感情抑制をとり、会話を楽しむという自然な感情交流を行った結果であった。したがって、禁欲規則に相対する発達促進的関わりは、匿名性に相対する自己開示の問題に収束される。

2. 掃除を通したスクールカウンセリング—思いっきり自分を出して振舞う—

Aさんとの事例が終盤に近づく頃、わたしはスクールカウンセラーを始めることになった。文科省のスクールカウンセラー事業が発足して2年後のことである。この事業が発足する際、学校という日常的対人関係の場に入っていくことになるわれわれに対し、近藤(1995)はつぎのような予見的問題提起を行っている。「カウンセラーの匿名性や中立性や非個人性、あるいは被面接者とカウンセラーが出会う面接室という場の虚構性が、喪われ、脅かされ、壊されるといふ重大な変化が生まれ、これに応じてわれわれ自身が依って立つ基本的なスタンスの変換や見直しが迫られるのである」。わたし自身の経験を顧みても、近藤のこの予見は正鵠を射たものであったと考える。日常的対人関係の場で援助活動を行うという未知の状況は、匿名性や隠れ身という防壁の下で守られていた個人的人格上の不安を喚起させたが、結果的には防衛的態度を壊すよい機会となった。

上記に「思いっきり自分を出して振舞う」と題したのは、スクールカウンセラーを始めて2校目のK中学校における経験であるが、それに先立つ1校目のJ中学校での経験と文脈的に連続するので、まずJ中学校での経験の概要を記

したい。(註:両校における詳しい経過は萱原・木戸(2000)、萱原(2002)で報告している。本稿では、わたしの面接者態度に与えた影響という視点から、該当データを抜き出し、新たに考察を加えたい。)

(J中学校での経験)

初めてJ中学校の門をくぐる時感じたのは、遮るもののない開放的な空間に素っ裸の自分が入って行く感覚、換言すれば自分自身が蛆上に載せられるような感覚であった。日常的対人関係の場において生身の人格で勝負しなければならない不安をわたしは抱いていた。J中学校では、養護教諭(以下B先生と記す)がまさにその種の真剣勝負を日々つづけておられた。教育相談に関する事柄では暴力団組員と関わることも厭わぬ度胸をもっており、それはひとえに生徒を援けたい一所懸命さから生まれる度胸のように思えた。一方、B先生自身も母親との関係において「自分の思いが母親に通じなかった時の虚しさ、孤独感、自己嫌悪感、生きていることの意味のなさ」といった感覚を記憶の中に抱いていた。ある事例をとおして、わたしはB先生のスーパーバイザー的役割を果たすことになった。それは被虐待経験をもつ男子生徒で、母親との関係が修復に至るまでの期間に、「B先生に向けた退行」「感情の言語化」「行動化(生徒指導上の問題)」「合同面接における母親との対峙」という経緯を辿った。わたしは読解技術を基に、技術的にはB先生のスーパーバイザー的役割を果たしたが、生身の人格で転移・逆転移と真正面から格闘しているその迫力には到底及ばないと感じていた。B先生の体当り的な態度に比し、わたしには「恥をかきたくない」という防衛的心性が多分に働いていたと思う。このような逃げ腰の態度を吹っ切ることができたのが、2校目のK中学校での経験である。

(K中学校での経験)

K中学校はかなり荒れていた。敷地内に散乱する紙飛行機や紙吹雪、給食の食べ残し(ミカンの皮に留まらず、うどんが汁ごと窓から撒か

れることもあった)、あるいは通学路横のどぶに捨てられたジュース缶等、散乱するゴミの多さがまず目を引いた。非行生徒(以下「つっぱり」と記す)に留まらず、それに乗じたふざけ組とも呼ぶべき一般生徒もかなりの人数おり、学校全体にけじめのない雰囲気を感じさせていた。このK中学校でわたしが行った主要なしごとは掃除であった。つっぱり達にわたしの本気を試された、つぎの出来事が契機となっている。

(1年目11月某日)午前中、養護教諭からつぎの話を聞く。「1年生に暴力を振るいそうになった〇〇(つっぱり)を止めようとして、肩を押された。ショックだった。これまで築いてきた信頼関係は何だったのかと。昨日は、それで学校を休んだ。今日はエネルギーが出ないので保健室を閉めて職員室にずっといる」。そして「もっと本気で関わらなければいけないですね」とボツリと言う。放課後、帰宅するため駐車場に向かうわたしは、自転車置き場でつっぱり達がたむろしているのと出会う。今日はちょっと気が進まないなと思いながら、彼らに声を掛ける。つっぱりaが「さあ来い」といったポーズをとる。わたしの坊主頭を触っていいかと尋ねた後、ジャンパーを撫で回す。親愛と攻撃性が一緒くたになった感じ。わたしは緊張する。その様子を見ていたつっぱりbが、困惑した表情で「やめとけ。完全に無視されとる」と言う。「趣味でカウンセラーやっとなるんか」と、ボス格のつっぱりcが言う。「カウンセラーの先生、ちょっと悩み事があるんですけど。けつの穴に毛が生えているんですけど」とつっぱりdがからかうと、「そのおっちゃん、強いぞ」とつっぱりeが口をはさんだ。

帰宅後、嫌な気持ちがつづく中、わたしは考えた。つっぱりcから言われた「趣味でカウンセラーやっとなるんか」は、そのとおりだと思った。これまでとってきた「ニコッ」戦略(註)の底の浅さを反省する。そして、自分の中にある硬派の部分をプロに徹することで彼らに示そうと決意する。結論はカウンセリングの原点に

戻る、ということだった。すなわち、①愛想など皮相なことはいない、②相手の毒に動じない、である。

(註) 以前テレビで、元非行少年であった個人実業家の話を聞いたことがある。終戦当時駅でたむろしていた彼に宣教師がニコッと微笑みかけたそうである。「これには参った」とその実業家は言っていた。それを踏襲した戦略だったのだが、所詮背後にある構えが宣教師とは比較にもならなかった。

この出来事によって生じたわたしの決意と態度の変化に対応して、つっぱり達のわたしに対する態度も変化した。茶かしの態度はなくなり、授業エスケープ中の彼らの居場所に入っても黙ってわたしを受け入れるようになった。2週間後、わたしは彼らの居場所の一つとなっていた自由室を掃除した。その部屋は彼らが暴れたせいで、天井は穴だらけ、先生方が揃えた教材や進路資料などが散乱しているといった惨憺たる状態であった。それらを片づけた。彼らに対する腹立ちはなかった。彼らの居場所をもう少し居心地よくしてやろうという若干の愛情と、荒れを放置しておくわけにはいかないという、ある種の決然とした気持ちだった。それから任期が終わるまでの1年間半、わたしは学校敷地内外の掃除を徹底的につづけた。それが、わたしなりのプロに徹する方法だった。何度汚されてもそれを上回るパワーできれいにしてやろうと思った。はじめという大人の意地を生徒達に示したかったのである。その過程で、つっぱり達やわたしを応援してくれる生徒達との様々な出会いをもった。つっぱりと一緒に掃除をしたり、「いつもきれいにしてくれてありがとうございます」とその一言だけをわざわざ生徒が言いに来てくれたり、等々、言葉でのやり取りは極僅かであったが、それらの交流からわたしは随分元気をもらうことができた。校舎内外のゴミの量は、2年目2学期頃からスーと潮が引くように減りはじめた。

(考察)

本稿では非行少年という言葉の代わりに「つっぱり」という俗語を用いた。その理由は、非行が外面的な問題行動を指した言葉であるのに対し、つっぱりは彼らの内的心性をうまく表していると思うからである。彼らに対し、「困っているのなら、話を聞かせてほしい」式の態度、即ち受動的受容性は奏功しない。なぜなら、「非行者は、独立独歩、誰の世話にもならないという強い姿勢を示すのが通例」(黒川、1978)だからである。また、「つっぱり」ということばを手元にある類語大辞典(講談社)で調べると、「意地を張る」という項目に属している。「意地」という言葉を「意志」という言葉に置き換えるなら、彼らは彼らなりの意志を通そうとする自律性の強さをもっている。そのような心性を背景に破壊的な強い姿勢を示す彼らに相対するには、援助者にもある種の強い姿勢が必要とされる。

K中学校では、わたしは掃除という行動を通して、思いっきり自分を出して振舞った感がある。つまり、思いっきり意地を張った。つっぱり達にからまれた出来事を契機に、わたしは本気になって自身の人格の自律性の部分で彼らに対峙したといえよう。それを通して、彼らに対してどのように接すればよいのか、わたしにも分かりはじめた。意地を張って、彼らが荒らした所の修復を続けていると、いつの間にか彼らの世話を焼いているような気持ちになって来た。

ところで、意地ということばは、「意地の筋金…」(名月赤城山)と歌の台詞にあるように、戦前、そして戦後しばらくの間の歌謡曲に散見される。これが日本の伝統的なエディプス的テーマの達成モデルなのではないか、とわたしは考えている。K中学校でわたしが行った掃除という行動は、個人的意味においては、自身の中にある闘争心を公の舞台で自己開示したものであったと考えられる。この経験により、防衛的態度を多少なりとも減ずることができたのではないかと思う。

さて、つっぱり達に本気を試されたわたしは、

掃除を通して彼らにわたしの本気を示したのだが、「本気を示す」ということは、既に勾配情報という概念で触れたように、何もつっぱり生徒を相手にした時だけ必要なものではなからう。河合(1970)はいう。「わたしの分析家が、『長い間分析を受けていて何を習ったか』とたずねたときに、私は、『いかにカウンセラーがカウンセリングのなかに決意をもってのぞんでいるか、ということを知ったということが非常に大きい』と応えました」。神田橋(1990)はいう。「真正面から出会う姿勢が、礼儀作法であり、相手を尊重する振る舞いである。この対人姿勢が、抱えの核である」。オーソドックスな分析学派の立場をとる馬場(1999)は「受容だの共感だのという言葉では言い表せないような、もっと真剣勝負のような心境で、そういうときに自分が本当にこの仕事をしていると思えるんです」という。「本気」「決意」「真正面から出会う」「真剣勝負」ということばが意味することは、言語的に何を自己開示するかといった事柄などではなく、面接者の気構えであり、それは雰囲気として相手に伝わるものであると考える。そして、たとえ交わされる言葉は少なくとも、確かな手応えの感情交流がそこに存すると考える。

Ⅲ まとめ

近年精神分析の分野では、面接者態度に関する考え方に大きな変化が生じている。解釈のみが真の治癒をもたらすという見解や、そのような前提の下に建てられた匿名性や禁欲規則等の面接技法に関して、理論の相対化が行われ、自然な交流的態度を重視する見解が強くなって来ている。本稿で記載したわたしの臨床経験は、自身の面接者態度形成にとって記念碑的な意味をもつ経験であるが、その他の臨床経験も含めて自らの軌跡を振り返ると、わたしは自然な交流的態度を志向し、模索して来たのだと思う。岡野(1999)は上記の新しい精神分析のパラダイムに対して「治療者と患者の両方の人間性の解放をもたらした」と述べている。この言を更

に進めて言えば、その結果もたらされるものは、自分らしく居られることの「居心地のよさ」ではないかと考える。たとえその場で怒りが表現されたとしても、率直で正当な怒りであれば不快感は生じない。自然で率直な交流は基本的に快の要素を含んでいるように思える。このような居心地のよさ、即ち居場所的要素は、面接が発達促進的に働くためには必須要件となろう。そして、居心地のよさに強固な信頼感を与えるものは、本気や真剣さであることが本稿では示された。一方、防衛的態度とは、不自然な態度であり、双方にとって居心地のあまり良くないものである。自分らしさを生かした自然な交流的態度を形成するには、自身に対する開かれた態度が必要であることが本稿では示された。

さて、本稿の冒頭に前田(2003)のつぎの言葉を引用した。「自分を生かした技法として、自然に、無理なく、誠実に、純粋に行える技法が身についてきたとき、それがその人の技芸であろう」。このような、技芸を練り上げた上での自然さは理想形であるが、個性がアクとして表出されてしまう状況は至る所で生じ得るように思う。技芸を練り上げた上での自然さと、アクを自然さと捉えてしまうことの判別に関しては、常に自己省察的視線を向けおかねばならない。

つぎに今後の展望として、面接者態度に“瞑想”を取り入れることについて、開かれた態度という視点から若干の考察を加えたい。数年前よりわたしは日常生活において瞑想に親しむようになった。姿勢を正し、ゆったりと只息をすることに没頭する。次第に雑念という思考のざわつきが収まり、心身ともに非常に快適な状態が得られることを知った。加えて、つぎのことも体験的に知った。1) 雑念が抑制されると、意識を覆っていた霞が晴れるように、意識の感性的要素である感覚(及び感覚表象)や感情が繊細かつ鮮明に感じ取れるようになる。2) そのような感性的体験への没入感が高まった状況下に於いては、時間や場所の見当識も薄れ、非意図的に自身の意識に展開される感性的体験が紡ぎ

出すイメージの世界に、言わばトリップをしたような状態になる。Freud,S は非言語的、非論理的、無意識的な心の働きを指して“思考の二次過程”と呼んだが、ほぼそれに該当する状態が出現する。換言すれば、自身の感性的体験に対して開かれた状態となる。

Rubin,J.B(2009)は、Freud,S が面接者の傾聴態度として勧めた“平等に漂う注意”について、具体的な実施方法が分からぬため後継者によって臨床応用されることはなかったが、瞑想を取り入れることでその道が開けたと言う。Freud,S (1912) は、自由連想法を用いて患者から提供された無意識に対し、平等に漂う注意を用いて治療者の無意識を受容器官としてさし向けるのだと述べている。とくに「分析中は思索したり考えに耽ったりしないこと」という Freud の指摘は、非思量という瞑想の中核に対応しており、内的体験過程に開かれるために非常に重要な点である。

ところで、平等に漂う注意の目的として Freud が考えていたのは、当然、適切な解釈を行うためであろう。ただ、Rubin が指摘するように瞑想的態度は、それ以外にも様々な効用を面接者にもたらす。落ち着き、情動耐性、共感、情動調律等である。そして、被面接者との間にある疎隔感が減じ、より近しい関係を形成することができる。この点に関しては、禅僧の板橋(2011)の言葉が参考になる。板橋の言葉を繋ぎ合せてまとめるとつぎのようである。余計なことを考えずに頭を空っぽの、風通しのよい状態にする。すると風鈴のように、その時その場の風の流れに従ってチリーン、チリーンと自分の心が反応する。ずぶの人間性が出てくる。自分が無心になっておれば、相手も心を開くでしょう。対人関係における開かれた態度を考える上で、禅僧のこの言葉は印象深い。瞑想を面接者態度に取り入れた臨床実践を積み重ね、いつの日かそれをまとめることが出来ればと思う。

文 献

- 馬場禮子 (1999). 精神分析的心理療法の実践. 岩崎学術出版社.
- Freud,S. (1912). Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung.
- 小此木圭吾(訳) (1969). 分析医に対する分析治療上の注意. 改訂版フロイド選集 15. 日本教文社, pp.91-106.
- 板橋興宗 (2011). 息身佛. 角川新書.
- 神田橋條治 (1990). 精神療法面接のコツ. 岩崎学術出版社.
- 河合隼雄 (1970). カウンセリングの実際問題. 誠信書房.
- 河合隼雄 (1992). 心理療法序説. 岩波書店.
- 萱原道春・木戸陽子 (2000). 養護教諭とスクールカウンセラー. 金沢大学教育学部紀要(教育科学編), 49号, 15-29.
- 萱原道春 (2002). 掃除をとおしたスクールカウンセリング. 金沢大学教育学部紀要(教育科学編), 51号, 159-177.
- 近藤邦夫 (1995). スクールカウンセラーと学校臨床心理学. 村山正治・山本和郎(編). スクールカウンセラー. ミネルヴァ書房, pp.12-26.
- 黒川昭登 (1978). 非行をどのように治すか. 誠信書房.
- 前田重治 (2003). 芸論からみた心理面接. 誠信書房.
- 森さち子 (2010). かかわり合いの心理臨床. 誠信書房.
- 岡野憲一郎 (1998). 恥と自己愛の精神分析. 岩崎学術出版社.
- 岡野憲一郎 (1999). 新しい精神分析理論. 岩崎学術出版社.
- 岡野憲一郎 (2002). 中立性と現実. 岩崎学術出版社.
- 岡野憲一郎 (2003). 自然流精神療法のすすめ. 星和書店.
- Rubin,J.B.(2009).Deepening psychoanalytic listening: The marriage of Buddha and Freud. The American journal of psychoanalysis,69,93-105.